



ÓRGANO OFICIAL DE LA ORGANIZACIÓN DE PIONEROS JOSÉ MARTÍ

CÓMO SE FORMA LA IMAGEN EN EL...

VEA PAGS. 8 y 9

Niños internacionalistas

Pág. 7

¿CÓMO ES LA MINA DEL PALACIO DE PIONEROS?

Pág. 3

EL CARIBE EN CARIFESTA

Pág. 3

LA LUCHA EN EL SUR DE ÁFRICA (II)

NAMIBIA

Pág. 6

LOS PRISIONEROS DE MASHA

Págs. 4 y 5









...LOS OTROS HABITANTES ERAN: EL PINTOR COLORÍN, TENGOPRISA, EL MÚSICO MANDOLÍN REZONGÓN, CALLASIEMPRE, BUÑUELITO, PIERDELOTODO Y LOS HERMANITOS QUIENSABE Y PORSIACASO.

(3)



CONTINUARÁ

¿CÓMO ES LA MINA DEL PALACIO DE PIONEROS?



"Consideramos la tarea que se nos ha dado, como algo realmente hermoso, porque está dirigida a la formación de lo más importante; a nuestra juventud y nuestra niñez que son los trabajadores revolucionarios del futuro".

Así nos dijo el compañero Edilberto Lafargue, Jefe del Departamento de Control de la Producción en el Ministerio de la Industria Minera, quien ha dirigido la construcción de las instalaciones para el círculo de interés de minerología que funcionará en el Palacio Central de Pioneros en el Parque Lenin.

CON LA TÉCNICA MÁS AVANZADA

"El local de círculo de minería se halla en un tercer piso. Allí los pioneros van a poder observar muestras de los distintos minerales de los cuales se dispone en el país; conocerán los variados métodos de búsqueda y extracción de las riquezas del subsuelo, así como la ubicación de los diferentes yacimientos de Cuba. Sobre todo esto, será brindada una explicación muy completa, apoyada con medios audiovisuales, maquetas, etc.

"A continuación —señala Lafargue— los propios muchachos se vestirán de mineros, tomando todas las medidas de protección física establecidas. En este sentido hallarán allí lo óptimo, lo más moderno y avanzado que tenemos en cuanto a la seguridad de nuestros obreros.

"Ya una vez vestidos de mineros, con sus cascos, lámparas y todo, los pioneros tomarán el ascensor y bajarán por él hasta una mina que hemos preparado allí. La misma está construida con la técnica más moderna. De este modo presta la mayor utilidad posible, su mantenimiento resulta menos costoso y ofrece una gran seguridad.

"Dentro de la mina se podrá apreciar lo que es el corte del mineral, cómo el obrero perfora la tierra para extraerlo, dónde se coloca la carga explosiva para desprender el mineral sin provocar derrumbes. El cobre u otras riquezas del subsuelo obtenidas como parte de la demostración será recogido por medio de una paleadora mecánica, la cual irá llenando los carros con la carga sustraída para luego transportarla hasta la superficie terrestre.

"La minería de hoy en día es una cosa muy bella. Tenemos una pequeña locomotora, un pequeño tráiler utilizado en este tipo de faena. Dicho equipo se mueve por sí solo y sirve para transportar los carros cargados de mineral. De manera que ya la minería no es un trabajo bruto, donde el hombre tenía que empujar los carros; ahora no es así. Con la técnica más avanzada se alivia y humaniza nuestro trabajo."

(Entrevista y Fotos: Carlos Castro)



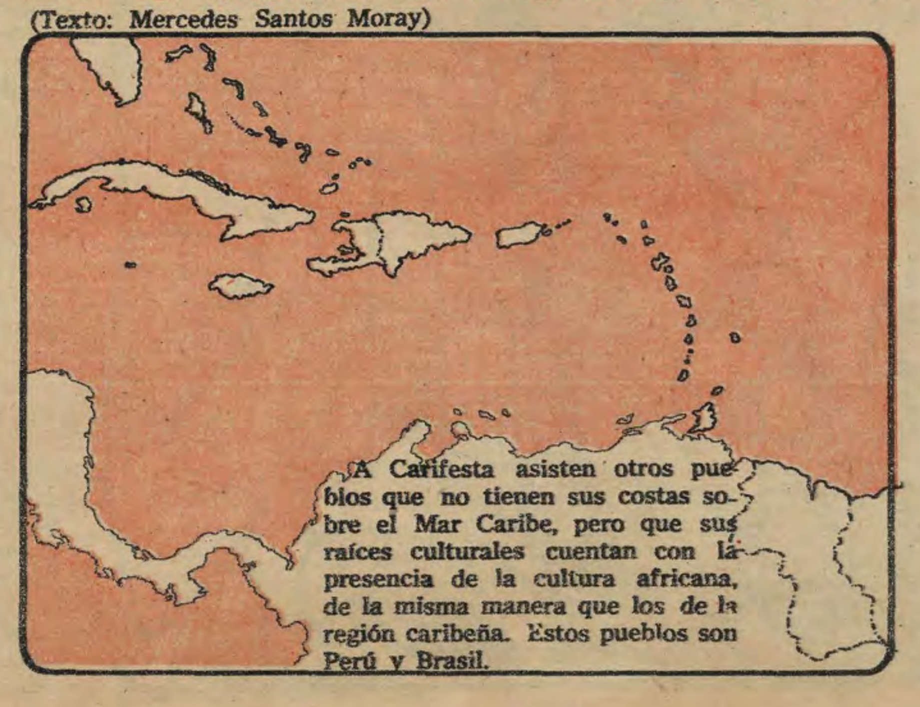
Este equipo de obreros se turna en la faena de preparación de una de las galerías subterráneas con que cuenta la mina.

EL CARIBE EN CARIFESTA

(Texto: Mercedes Santos Moray)



El Caribe es una región de nuestra América que tiene rasgos propios. Está formado, geográficamente, por las islas de las Antillas y también por aquellos países cuyas costas tocan al Mar Caribe. Y precisamente, esa región tiene una raíz común en la historia. No se puede hablar de la sociedad caribeña, surgida después de la conquista y la colonización de América, si no se habla de los esclavos traídos de Africa.



A Carifesta asisten otros pueblos que no tienen sus costas sobre el Mar Caribe, pero que sus raíces culturales cuentan con la presencia de la cultura africana, de la misma manera que los de la región caribeña. Estos pueblos son Perú y Brasil.

La sociedad que surgió en el Caribe se basaba en el trabajo de los esclavos en la agricultura, es decir, en una economía de plantaciones que enriquecía a los colonos españoles, franceses, ingleses y holandeses. De ahí que el elemento africano sirva de lazo de unión a todos los pueblos caribeños.

En esta región fue surgiendo una cultura mestiza, donde se integraban elementos europeos y africanos, y en algunos lugares como Guyana y Surinam, también elementos asiáticos y de los propios aborígenes americanos.

Cuba ahora recibe con entusiasmo a las delegaciones culturales que participarán en Carifesta, una gran fiesta de los pueblos del Caribe donde estarán presentes la alegría y colorido que los caracteriza.

LOS PRISIONEROS DE MASHA



Sonó un fuerte y apresurado timbrazo en la casa. Masha se secó las manos en la servilleta, que llevaba en lugar del delantal y abrió la puerta. Entró Liova, el amigo de su hermano.

—¡Hola! —dijo Liova—. ¿Está Boria?

—Sí. Está en el cuarto —contestó Masha y mientras el muchacho entraba, ella se fue para la cocina.

En el cuarto, peinándose frente al espejo estaba Boria, que saludó al amigo y le dijo:

—Enseguida nos vamos para el cine. Yo me visto rápido.

—¡Boria! ¡Boria! —gritó Masha desde la cocina. Recuerda que tienes que moler la carne en la máquina antes de irte.

—¿Ahora te acuerdas? ¡Ya me lo podías haber dicho antes! Ahora no tengo tiempo.

Masha abrió la puerta del cuarto sosteniendo en la mano una cuchara echando humo.

—Boria, ya te lo he dicho antes, y tú con tu "no tengo tiempo" y "no tengo tiempo". ¡Muele la carne! La máquina está muy dura, yo no tengo fuerza, y mamá al marcharse nos encargó que hiciéramos las croquetas.

Boria se quedó mirándola fijamente y frunció sus rubias cejas, tan rubias que apenas se notaban:

—¡Escuche, Masha Petrovna!! Le están hablando a usted en su propio idioma: tengo prisa y lo que necesito hacer es más importante que sus croquetas.

—¡Está bien! —gritó Masha alejándose—. De todas maneras no te irás.

Boria se sentó en una silla y empezó a ponerse las medias. Fue al baño a lavarse los dientes. En el pasillo, de regreso, se cruzó con Masha, que llevaba un voluminoso libro bajo el brazo, y que le dio la ropa a Boria.

—Ahora —dijo el muchacho, entrando en el cuarto—, en dos minutos estaré listo —cogió el pantalón y metió la pierna izquierda. Sí, Liova, hoy iremos al cine... —se calló de pronto y miró hacia abajo, a los pantalones—. ¡Hum! ¡Qué es esto!... ¡Mira!

¡Los pantalones no tenían ni un solo botón! Los amigos se miraron en silencio y cogieron la camisa que estaba en la silla: tampoco tenía botones.

Boria se puso las manos en la cabeza:

—¿Qué es esto? Los han cortado —dijo Liova e indicó hacia la cómoda: allí estaban los botones y las tijeras.

Boria enrojeció de tal manera que su cara se puso más oscura que su cabello, y sujetándose los pantalones fue hasta la cocina. Liova lo siguió.

—¡Masha! —gritó empujando la puerta, que no cedió.

—¿Qué quieres? —se oyó al otro lado.

—¡Vamos, abre! ¿Has cortado tú los botones?

—Sí. Para que muelas la carne. Tengo que hacer las croquetas. Y no busques más ropa, porque la escondí toda, aquí, en la cocina. Y como tú nunca has querido aprender a poner los botones...

Boria golpeó la puerta con los puños y gritó con tal fuerza que hasta el gato saltó del sofá.

—¡Sal ahora mismo y cose los pantalones!

—¡Muele la carne y entonces los coseré!

Boria corrió el cerrojo de la puerta de la cocina por fuera y dijo:

—Ahora no podrás salir. Ahí estarás hasta que llegue mamá del trabajo.

—No importa. Me he traído el libro de los "Dos Capitanes", para leer.

Al oír esto Boria se descorazonó. De nuevo se volvió hacia Liova.



—No hay que desconcertarse —le dijo este—. Los coseremos.

En el costurero encontraron solamente una aguja. Boria cortó una hebra de hilo. Humedeció el hilo con la lengua, lo estiró con los dos dedos, contuvo la respiración, pero el hilo no entraba por el ojo de la aguja. De pie a su lado, Liova le aconsejaba:

—¡No te apures! Tranquilízate y no te pongas nervioso, que por eso no te sale.

Por fin, Liova cogió el hilo y la aguja. Dijo que el hilo era muy gordo. Buscaron otro. Era rosado, pero más fino, y pudieron enhebrar la aguja. Boria miró el reloj; habían pasado siete minutos.

Cosiendo el primer botón, Boria se pinchó cinco veces; cuatro se le reventó el hilo.

—Han pasado otros cuatro minutos —dijo Liova, mirando lo que hacía Boria—. ¡Hum!... No es ahí. Como estás nervioso no lo has cosido en su sitio. ¡Mira dónde está el ojal! ¿Y dónde está el botón?

Liova, lo descosió, y volvió a coserlo. Quedó más o menos bien. Pero habían perdido quince minutos. Así nunca terminarían de poner todos los botones.

—Hay que hablar con Masha. Ella los pone rápido —dijo Boria.

—Si no fueras tan empecinado. ¡Hubiéramos molido la carne y ya! —dijo Liova.

Boria se mordió la uña del dedo índice, después fue hasta la puerta de la cocina, y con voz refunfuñona dijo:

—Está bien, Masha, moleré la carne.

—Eso está mejor —contestó Masha, y abrió la puerta.

Rápidamente los muchachos empezaron a moler la carne, mientras Masha ponía los botones. Entonces llegó la mamá del trabajo:

—¡Qué bueno que mis niños están ayudándome! Son unos pioneros magníficos —dijo la mamá.

Boria, Liova y Masha se miraron y empezaron a reírse. Masha les había dado una gran lección.

Cuento de Y. Sótnick

Versión: Mirta Rojas

¡QUE VIVA EL CARNAVAL!

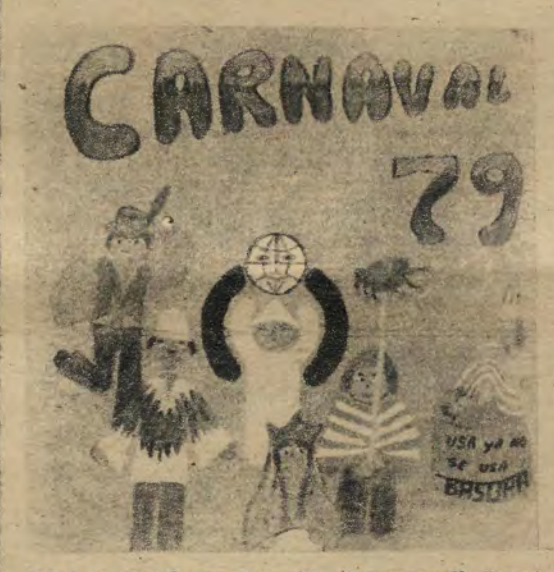
Reportó: Carmen Jiménez



Luis Angel Valdés, 14 años, 9no. grado, Caibarién Villa Clara.



Oscar Obregón Núñez, 11 años, 5to. grado, Semi-Internado de Primaria "Ignacio Agramonte", Cienfuegos.



Violeta Cardoso, Estación Ferrocarril, Rancho Veloz, Corralillo, Villa Clara.

Dentro de algunos días comenzarán las alegres fiestas carnavalescas y los pioneros han reflejado su alegría y colorido en estos dibujos, que resultaron ganadores en el concurso **Dibujos sobre el Carnaval,** convocado por el programa Periodismo Infantil y el Semanario Pionero.



UNA COLUMNA DE LA SOLIDARIDAD

En la secundaria Albert Schweitzer, en Gotha, RDA, funciona un equipo de trabajo para diseño plástico. Allí los muchachos aprenden el diseño, la escultura y otras artes plásticas. Este grupo está trabajando en la construcción de una columna de la solidaridad, que describe la lucha de los pueblos hasta su liberación.



NAMIBIA*

LA LUCHA EN EL SUR DE ÁFRICA (II)

TEXTO: LUCÍA SANZ

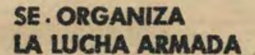


Durante el siglo pasado, grupos de comerciantes alemanes ocuparon las tierras que corresponden en la actualidad al estado de Namibia y le dieron el nombre de África Sudoccidental.*

Los gobernantes del entonces imperio alemán, al conocer de las enormes riquezas naturales del país, decidieron apropiarse de ellas por la fuerza. Fue así, como de 1884 hasta la Primera Guerra Mundial mantuvieron como colonia a esa nación africana.

En 1920, la Liga de las Naciones, organismo internacional antecesor de la Organización de Naciones Unidas (ONU), entrega ese territorio a Sudáfrica para que "lo administrara con la obligación de promover el bienestar material y moral, así como el progreso social de los nativos."

Pero las cosas transcurrieron de forma distinta. Los gobernantes de Sudáfrica ocuparon ilegalmente a Namibia y extendieron hacia allí su política de discriminación racial. Como parte de su plan expansionista, usurparon la Bahía de Walvis, única bahía de aguas profundas con que cuenta el país.



SE ORGANIZA LA LUCHA ARMADA

El pueblo decidió organizarse para luchar por su liberación; así se fundó la SWAPO (Organización del Pueblo de Africa Sudoccidental) que aglutina a todos los namibios y es dirigida por Sam Nujoma.

Actualmente la lucha guerrillera se extiende por todo el país. En las zonas liberadas se prestan servicios médicos y educacionales. Debe señalarse que en Namibia existe un alto grado de analfabetismo y miles de niños mueren anualmente por falta de médicos.

Los racistas sudafricanos no cesan en su afán de dominio, asesinan a los miembros de la SWAPO, y organizan campos de concentración similares a los de los fascistas hitlerianos.

Para llevar a cabo sus planes agresivos, el gobierno de Sudáfrica recibe de sus aliados imperialistas, principalmente los miembros de la OTAN, ayuda monetaria y militar. Incluso han enviado miles de mercenarios, hombres a los que se paga para atacar a otros pueblos.



Desde 1978 la SWAPO es miembro pleno de los No Alineados. Aquí vemos a un grupo de manifestantes de esta organización, que protestan contra las "elecciones" de diciembre.

LA LUCHA CONTINÚA.

El mundo entero repudia estas criminales acciones, por eso, para tratar de dar una imagen democrática, los reaccionarios del sur de Africa convocaron en diciembre del año pasado unas elecciones, mediante las cuales instaurarían en el poder a gobernantes títeres que respondieran a sus intereses, para así no otorgarle la independencia a Namibia. Esta maniobra fue denunciada por la SWAPO.

Las elecciones se realizaron y fue "elegido" el racista Dick Mudge. Es necesario aclarar, que se intimidó al pueblo y se encarceló y torturó muchos miembros de la SWAPO, verdadero representante del estado namibio.

A pesar de la represión, las amenazas y los asesinatos, la lucha continúa y no cesará hasta que Namibia conquiste su verdadera independencia.



Mientras los colonialistas viven en confortables casas los namibios están hacinados en antihigiénicos tugurios.



Sam Nujoma, presidente de la SWAPO



*NAMIBIA (Africa Sudoccidental para los colonialistas).
Extensión territorial: 824,295 kilómetros cuadrados.
Población: aproximadamente 2 millones de habitantes. Por cada colono blanco hay aproximadamente 7 africanos.
Posee enormes recursos minerales: es el segundo productor mundial de diamantes y el segundo productor de plomo en Africa. También tiene uranio, cobre, zinc, estaño, manganeso, mármol, oro, sal y piedras semi-preciosas.

* NAMIBIA es el nombre que dieron los africanos a su país, en la lengua nama-damara quiere decir escudo o cerco.

Luanda. Primero de junio. Los niños angolanos estuvieron de fiesta. . También los cubanos, uruguayos y colombianos —alumnos de la escuela **Augusto N'gangula,** de Angola—, que celebraron su día en un gigante plan de la calle.

EN SU DÍA, EN SU AÑO, NIÑOS INTERNACIONALISTAS

ESPECIAL PARA PIONERO DE: Estrella Fresnillo, de la revista "Somos". Jóvenes. Foto de la autora.

EN MI PAÍS ESTAN ACABANDOSE LOS NIÑOS

Denunció una niña colombiana de la escuela **Augusto N'gangula.** Ana Isabel Murillo tiene 11 años y viste el uniforme de los pioneros cubanos, de los cuales dice que son sus mejores amigos. Ella ha estudiado durante este curso al lado de los hijos de internacionalistas que prestan servicios en Angola. Su padre es funcionario de la Organización de Naciones Unidas.

—Me siento contenta en este país porque no hay diferencias. La Revolución, el socialismo es algo que lo transforma todo y les da mejores condiciones a los hombres. En América hay muchos niños pobres. Yo jugaba con ellos, visitaba sus casas sin muebles, casi nunca comían. Eso me da tristeza. En mi patria se están acabando los niños porque el gobierno no se ocupa por ellos.

—Pienso estudiar medicina u odontología para contribuir a que mi país cambie, para que no haya tantas necesidades. Vendrá el tiempo en que Colombia será como Cuba. Mis amigos cuentan de allá, leo libros, veo fotografías... una tierra muy bonita... quisiera ir.

—Vuestra historia es muy hermosa. Conozco a Martí, y su **Edad de Oro,** y que él peleó por la libertad, fundó el **Partido Revolucionario Cubano** y dio su vida por la independencia. Yo quisiera que en mi país hubiera un Presidente como Fidel, que quisiera a los niños, que luchara como él por nuestra felicidad.

MI PAPÁ VINO COMO MÉDICO

Narey Ramos cuenta que le gustó mucho la idea de acompañar a sus padres en la misión internacionalista.

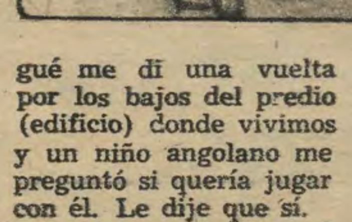
—Ya conocía algo sobre Angola por lo que vi en un album fotográfico: niños desnutridos, enfermos, sin ropas ni zapatos. Todo eso ha ido cambiando, la Revolución va satisfaciendo al pueblo. Son mucho menos los niños que se mueren. Mi papá dice que aquí había pocos médicos, y muchos de estos, con la llegada del socialismo —los burgueses— se fueron a Portugal. Por eso la brigada cubana cumple una labor muy importante.

—Adaptarme acá resultó fácil. Apenas llegué me di una vuelta por los bajos del predio (edificio) donde vivimos y un niño angolano me preguntó si quería jugar con él. Le dije que sí.

—¿Y cómo te llamas?

—Neto, pero porque soy chico me nombran Netinho.

—Así me incorporé al grupo de Netinho (Netiño) y a veces hasta se me olvida que no estoy en Cuba, como siempre uno anda en algo: la escuela, las actividades como pionero. Mas no creas que no me acuerdo del barrio, de mi familia, el parque, La Habana. Yo quiero mucho a mi patria.



TODOS TENDRÁN CASAS

—La capital me despertó la atención por su belleza, sobre todo de noche, con sus luces de colores. De día, caminando por la ciudad observé cosas tristes. Entre los edificios modernos están los barrios marginales, los museques. Angola va por sólo cuatro años de Revolución y las viviendas se van haciendo poco a poco. Los constructores cubanos, al lado de los angolanos, ayudan en eso. Yo sé que todos tendrán casas.

Como Ana Isabel y Narey, Reysa termina el sexto grado a los 11 años de edad. Llegó a Angola el 8 de septiembre de 1978 con sus padres: Esteban Garbey, delegado provincial de la Construcción y Oneida Castillo, asistenta de pre-escolar en el centro N'gangula. En el próximo curso estará de nuevo en Santiago de Cuba, que es donde vive la familia allá. Espera con anhelo reencontrarse con sus compañeros del colegio. Es mucho lo que tiene que contarles.

Y Raysa se fue a su fiesta. A las rondas de su día internacional con los pioneros angolanos, soviéticos, alemanes, búlgaros... que vinieron a su escuela. Se divirtieron —por lo alto— en las carreras de sacos, buscando los tesoros escondidos, con la tiza en la mano para poner un dibujo propio sobre la calle. Los que quisieron, fueron a demostrar sus conocimientos en **las olimpiadas del saber;** los hubo que prefirieron mirar a los que jugaban, o conversar. En la baraúnda no se sabía de qué país era cada cual, pero todos se entendieron muy bien. Entre los niños no hay fronteras.



Ana Isabel

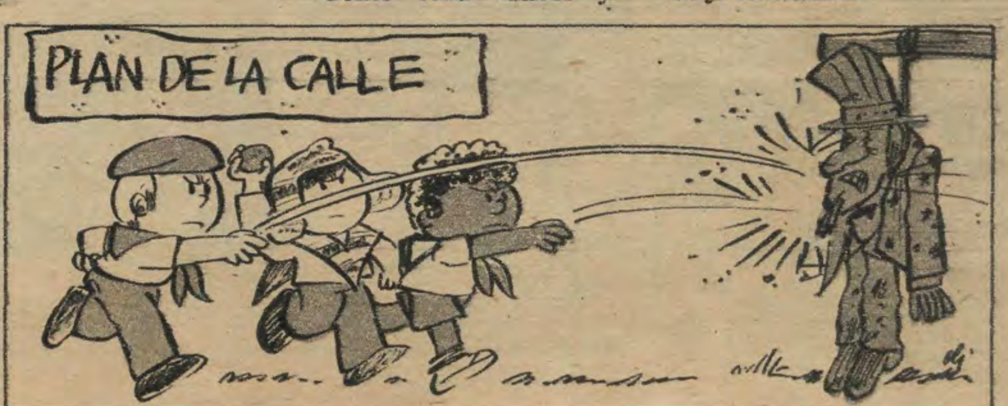


Narey



Raysa

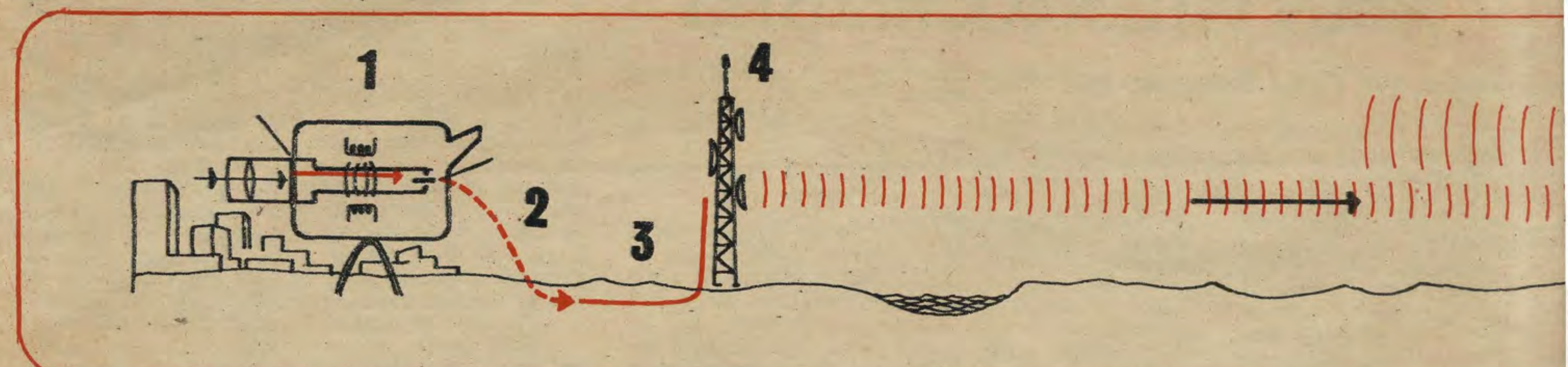




Amigo lector; ¿te interesaría saber cómo llega a formarse la imagen en el televisor? Pienso que sí y por eso trataré de explicarlo de la forma más sencilla posible. Aquí voy.



CÓMO SE FO



...ada a

Como indica el esquema, las vistas o escenas tomadas por una cámara de televisión, bien sea en el estudio o en áreas exteriores, son transformadas en ondas. Estas últimas viajan hacia la torre o centro emisor, para ir desde allí hasta los repetidores y, finalmente, llegar a los televisores.

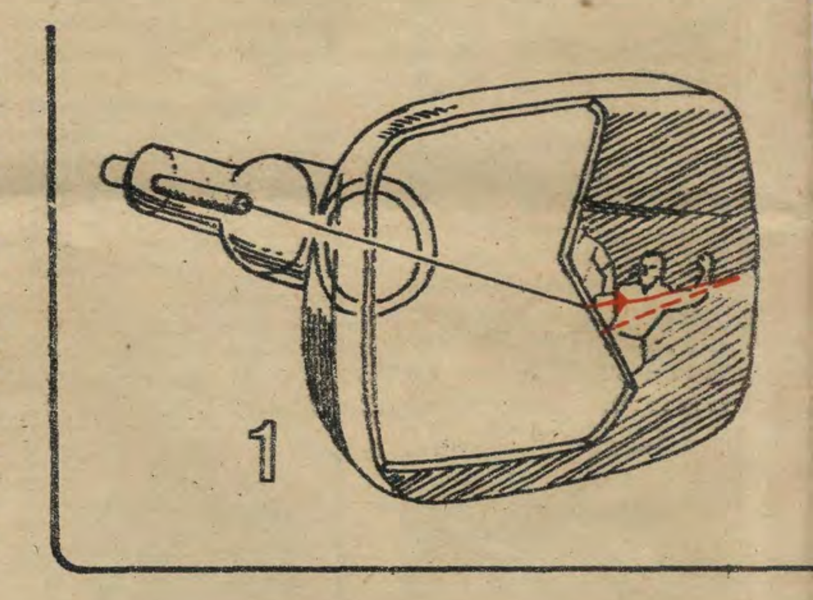
ALLÍ SE CONVIERTEN EN IMÁGENES

Ahora surge una nueva interrogante: Si lo captado por la cámara sè transforma en ondas, ¿cómo y cuándo éstas se convierten de nuevo en imágenes? Bueno, veamos.

Ocurre que la mayor o menor luminosidad que reflejan los diferentes puntos, personas u objetos de una escena, cuando los capta la telecámara (1), son transformados, en el interior de esta, en una señal electrónica o video frecuencia (2).

Inmediatamente esta es mezclada hasta convertirla en onda de radio-frecuencia (3). Así, la señal procedente de la cámara es enviada a un centro trasmisor (4 y 5), que a su vez la emite hacia las antenas de los aparatos de televisión (6 y 7).

Las señales electrónicas recibidas desde el centro repetidor o emisor, iluminan con mayor o menor intensidad la pantalla fluorescente del tubo de rayos catódicos. Es de este modo como se obtiene sobre la pantalla, la reproducción visual de la imagen tomada por la cámara. Simultáneamente con ese proceso, de la señal de sonido que ha viajado también en la onda de radio frecuencia (3), se obtiene la audiofrecuencia, la cual actúa directamente sobre la bocina o amplificador, para que se oigan las voces, la música, etc.







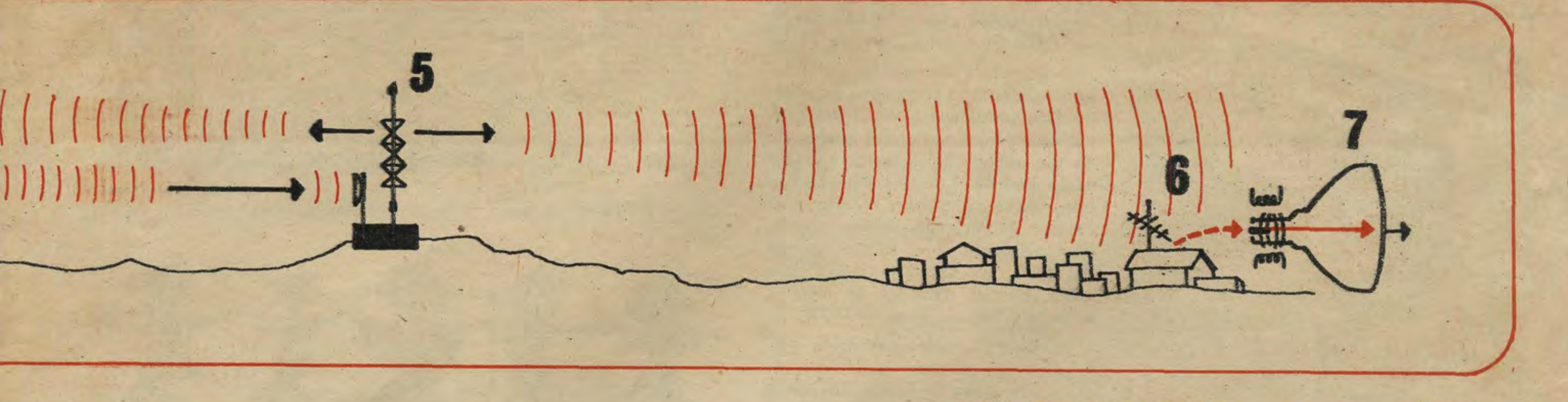


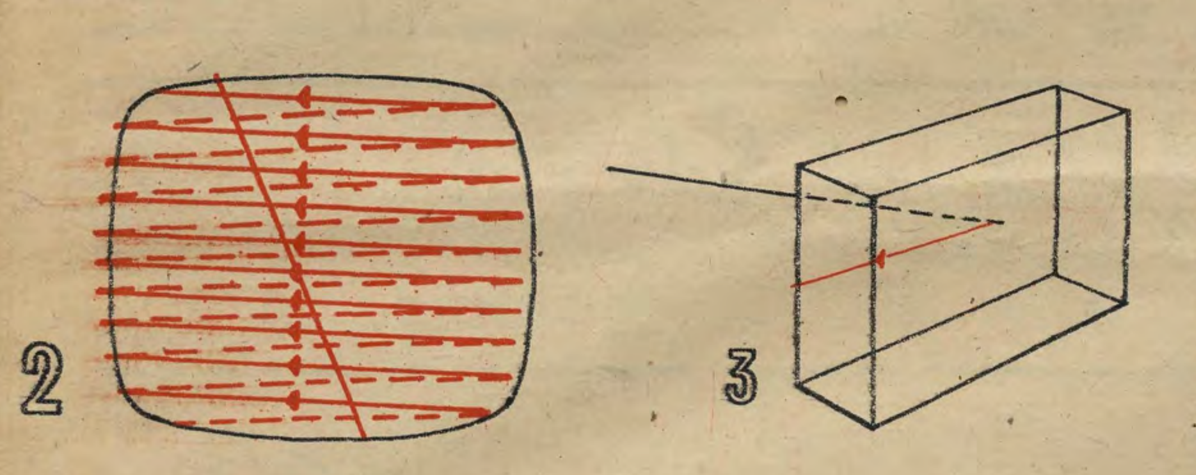




ORMA LA IMAGEN DE TV

TEXTO: CARLOS CASTRO   DIBUJOS: FELGAR



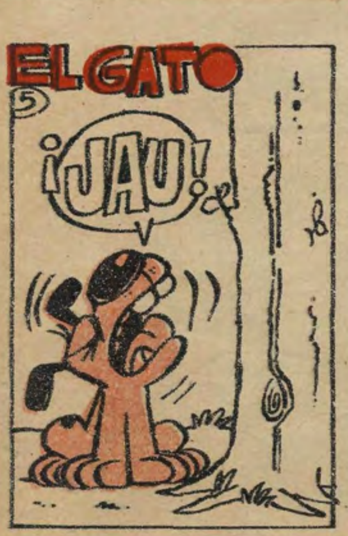


BARRIDO O EXPLORACIÓN

La videofrecuencia sale de la telecámara a través del cañón electrónico que esta posee y entra al tubo pantalla, por medio de otro cañón electrónico (fig. 1). Ambos se mueven a la misma vez y en direcciones idénticas: De izquierda a derecha y de arriba hacia abajo, recorriendo toda la superficie de la pantalla. Avanza sobre ésta en sentido horizontal, yendo de la parte superior izquierda hasta el lado inferior derecho (fig. 2).

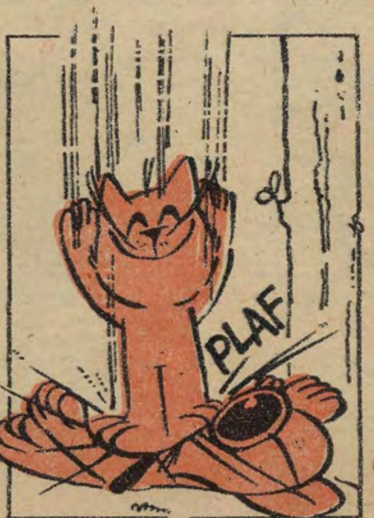
En ese movimiento el haz de electrones traza nada menos que de 525 a 625 líneas de recorrido sobre la superficie interior de la pantalla y lo hace a una velocidad de unas 25 ó 30 veces por segundo. Esto es conocido cómo barrido o exploración. (fig. 3)

La pantalla está recubierta por una capa de partículas fluorescentes (sensibles a la luz), que al ser bañadas por el haz electrónico o de electrones, provenientes del cañón, reproduce fielmente la señal enviada por el centro transmisor.











TE PRESENTAMOS A:

ERNESTO PADRÓN

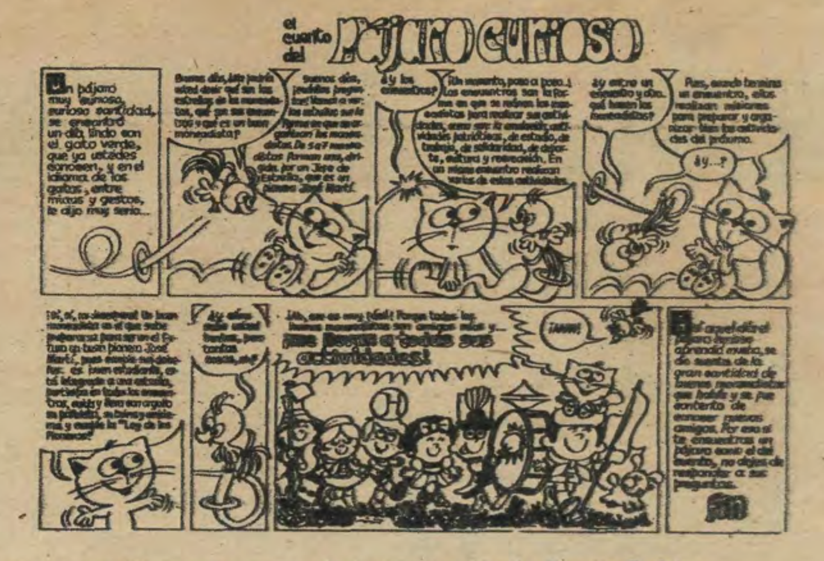


El dibujante **Ernesto Padrón**, nació el 14 de marzo de 1948, en la ciudad de Cárdenas, provincia de Matanzas.

Este artista comenzó a trabajar con la Organización de Pioneros "José Martí" a partir de 1973. Con anterioridad había trabajado, durante su servicio militar, en la Dirección Política de las Fuerzas Armadas Revolucionarias y luego, como jefe de un equipo del taller de diseño del DOR de nuestro Partido.

El libro **Hay que pensar en el futuro**, que recoge el discurso de nuestro Comandante en Jefe Fidel Castro, en la celebración del primer día de los niños, fue ilustrado por Ernesto Padrón. Con sus ilustraciones para libros de niños y adolescentes Ernesto ha ganado varios premios internacionales como el del Festival del Libro en Otawa, Canadá, en 1976, y en el Festival de Leipzig, Alemania Democrática, en 1977.

También ha trabajado en la realización de guiones para dibujos animados como **El Sueño, Los cinco valientes** y **El enanito sucio**, tan conocidos por el público. Próximamente aparecerá su libro de cuentos **Pedro ciclón y el árbol**, publicado por Gente Nueva.



Cuentos y dibujos que nacen de la imaginación de Ernesto Padrón.



Imágenes del anuncio realizado por Padrón para la Exposición "Somos Amigos", celebrada durante el XI Festival.





Siempre es el día de los niños...



Un libro para los pioneros cubanos.

RELEVOS
DE LA
JUVENTUD COMUNISTA
COMUNISTAS DEL FUTURO



VAMOS A ENTRAR EN CALOR

TEXTO: LUCÍA SANZ

Seguramente cuando has ido al estadio o al campo deportivo un rato antes de que comiencen las competencias, habrás visto cómo los atletas ejecutan diversos ejercicios de calentamiento.

Esto lo hacen con el objetivo de que los músculos no se dañen y no sufran lesiones al cambiar tan bruscamente del reposo a una actividad más o menos fuerte.

Aquí te mostramos varios ejercicios, los cuales puedes realizar antes de correr, saltar o lanzar la pelota. Así que adelante. ¡Vamos a entrar en calor!









EJERCICIO 1:

Realiza un trote o carrera suave. Recuerda elevar bien las rodillas; de esta forma, los músculos de las piernas trabajarán más.

EJERCICIO 2:

De pie, con las piernas unidas y los brazos a los lados del cuerpo. Flexiona el tronco, sin doblar las rodillas, y toca el suelo con las yemas de los dedos.

EJERCICIO 3:

De pie, con las piernas unidas y los brazos a los lados del cuerpo. Realiza cuclillas y lleva los brazos al frente. Trata de mantener el equilibrio

EJERCICIO 4:

De pie, con las piernas ligeramente separadas. Extiende los brazos a la altura de los hombros y luego flexiónalos, colocando las manos sobre los hombros. En esta posición, realiza rotación de hombros primero hacia adelante y después hacia atrás.

EJERCICIO 5:

Sentado bien derecho, extiende los brazos al frente y trata de tocar con las manos la punta de los pies flexionando bien el cuerpo. Ten presente que no debes arquear las rodillas.

Todos estos ejercicios debes repetirlos de 10 a 12 veces.

PREPAREMOS UNOS CANAPÉS

En el lenguaje de los cocineros y gastronómicos se llama **canapé** a un aperitivo consistente en una rebanadita de pan sobre la cual se colocan otros ingredientes como pasta de bocaditos, vegetales, trozos de carne, embutidos, etc.

En esta ocasión les daremos las recetas de 3 canapés, muy fáciles de hacer, y que ustedes puede preparar para las fiestas de fin de curso.

Ante todo, pica en rebanadas una flauta de pan que tenga ya 2 ó 3 días de hecha, procura que las rebanadas no sean ni muy anchas ni muy finas. Puedes darles distintas formas a las mismas: redondas, rectangulares, etc.

MARINERO ROJO.

Úntale mostaza a unos panes redondos y colócale encima una rueda de tomate maduro, y unas masitas de pescado cocinado en salsa.

MINISOL.

Prepara una pasta con 2 huevos duros picaditos y 3 cucharadas de pasta de queso, de la que vende el INIT en las cafeterías y otros establecimientos. Unta esta mezcla sobre el pan picado en forma de rectángulos y adórnalo con polvo de yema de huevo. Por último, polvorea los panes con un poco de pimienta y sal.

Para hacer el polvo de yema de huevo, debes hervir 2 huevos durante unos 5 u ocho minutos, para que se cocinen bien. Después saca las yemas, desmenúzalas y tendrás el polvo.

CARNAVALITO.

Primeramente haz una pasta con los siguientes ingredientes: 8 huevos duros, 1 cucharada de cebolla picadita, 1 cucharada de salsa Vita Nuova, 2 cucharadas de jamón, spam, perro caliente o pescado cocinado y 2 cucharadas de mayonesa. Agrégale sal y pimienta a gusto.

Pica el pan en forma de cuadrados y sobre ellos echa una cucharada de la mezcla anterior. Para adornarlo, ponle en el centro una cucharadita de capsut o salsa Vita Nuova.







LOS GEMELOS de KENT

Guión y dibujos: H. Maza

3. CERCA DE LA MUERTE

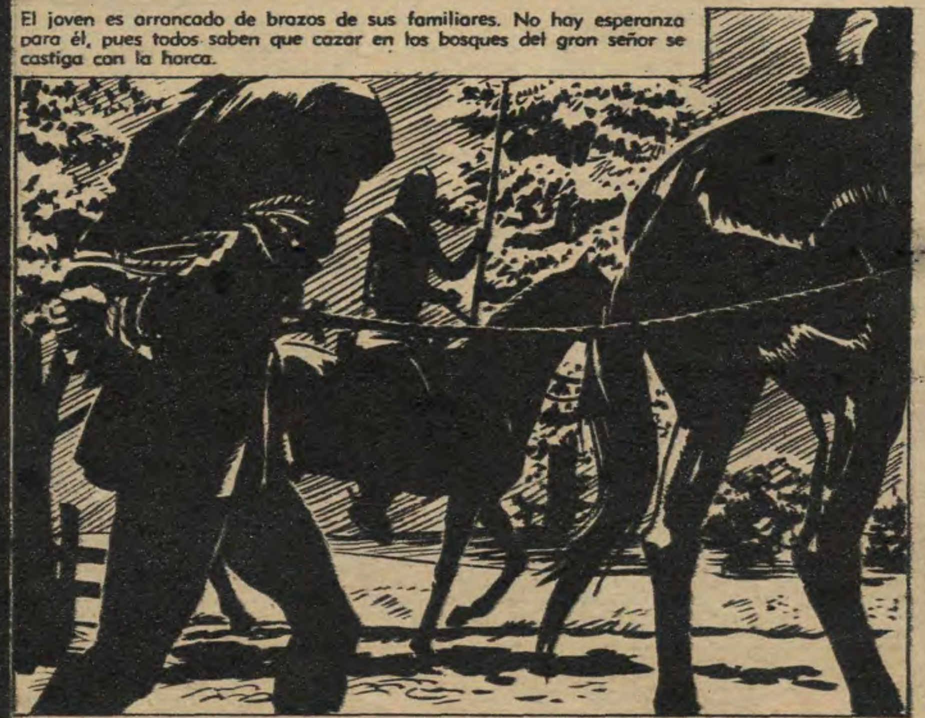


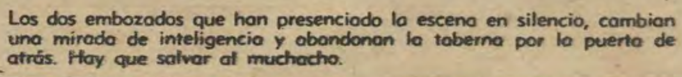






El joven es arrancado de brazos de sus familiares. No hay esperanza para él, pues todos saben que cazar en los bosques del gran señor se castiga con la horca.





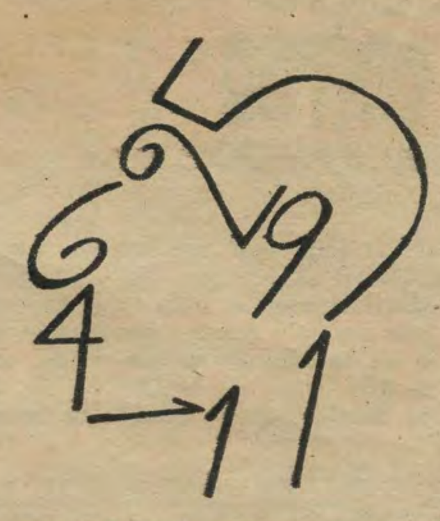


Próximo Episodio: EL REFUGIO DESCONOCIDO

UNE LOS PUNTOS Y VERÁS...



1



2 ¿Cuánto suman los números que forman esta cara?

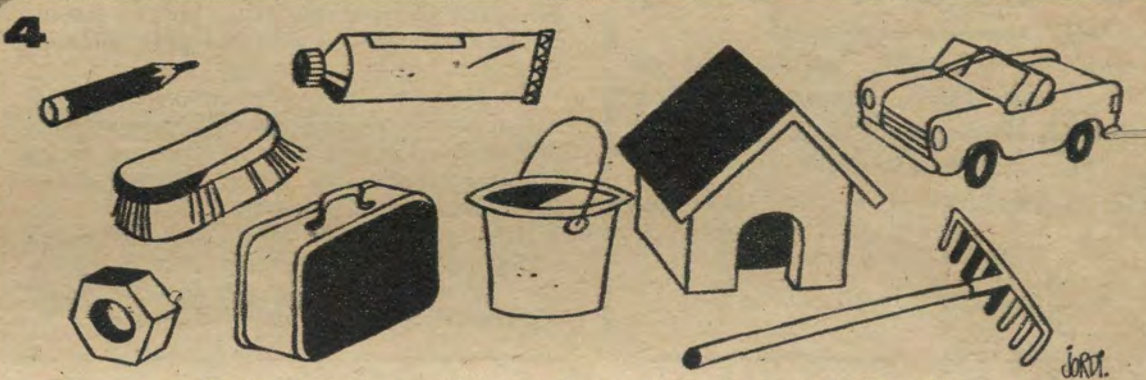
TRABALENGUAS

3

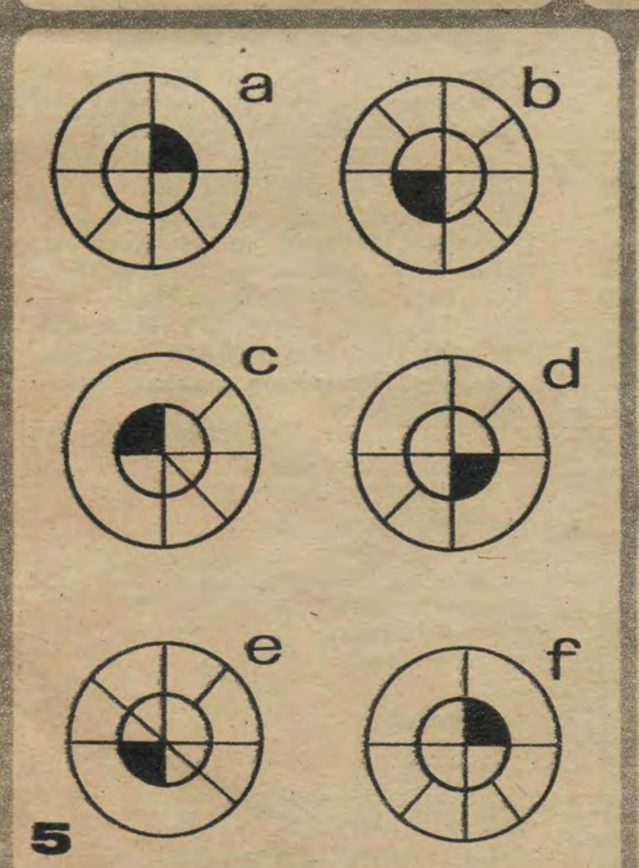
—Entró contigo
un tren con trigo
un tren con trigo
contigo entró.



4



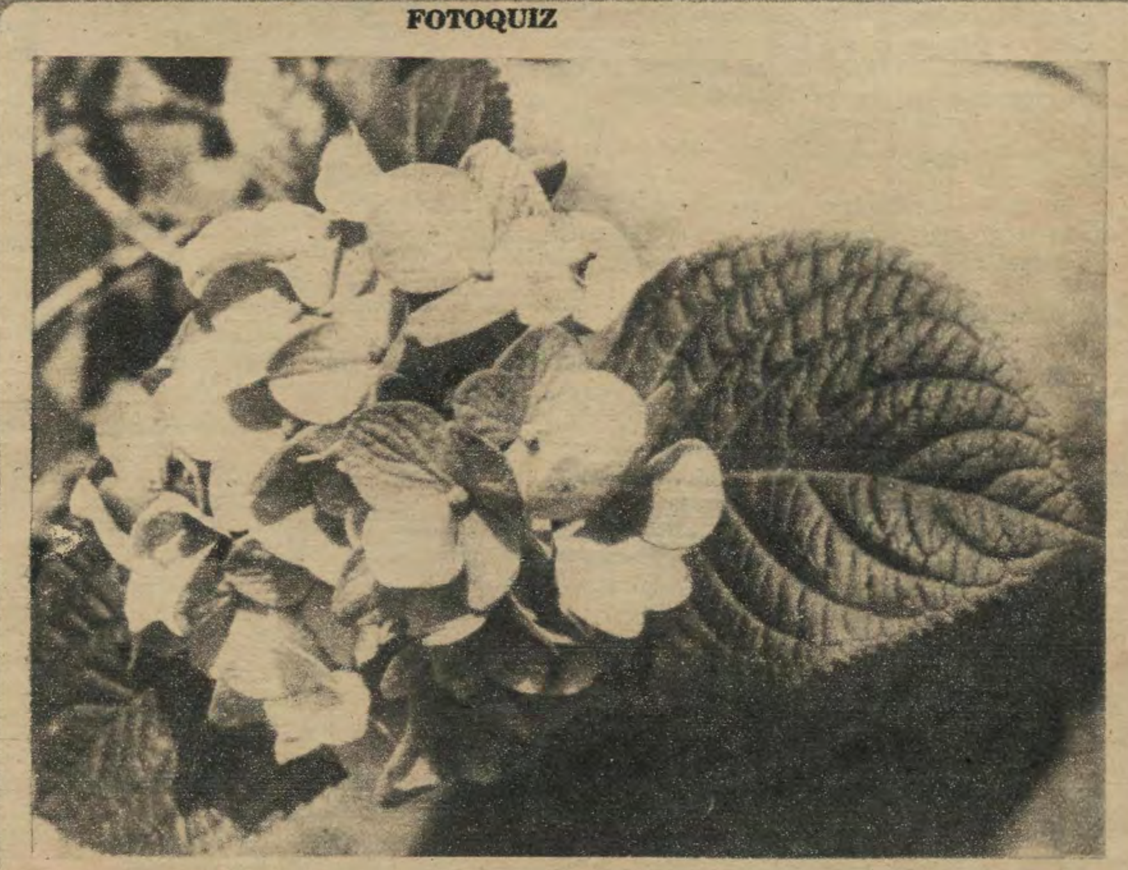
Observa el dibujo durante un minuto y luego trata de recordar los objetos. Si recuerdas 8 ó 9 tienes Bien; de 5 a 7, Regular; menos de 5, prueba otra vez.



5

Entre estas figuras hay solamente dos que son iguales. ¿Cuáles son?

FOTOQUIZ



6 Esta flores son: ¿ acacias, geranios, hortensias, o azucenas ?

BUSCA LAS RESPUESTAS EN LA PÁG. 15

CORREO DE LOS AMIGOS

—Este trabajo que presentamos resultó ganador en el concurso "El pensamiento de Martí vive en la obra de la Revolución", que auspició nuestro Semanario. Lo escribió un estudiante mozambicano, que cursa el 8vo. grado en la ESBEC No. 36 "Samora Machel", de la Isla de la Juventud.

discriminación. los negros viven como
todos tienen las mismas condiciones de
de Martí se refería aquel momento que
dio de razas, como los Yanquis en Estados
existe discriminación racial.
cubano se asumió las palabras de
el exemplo concreto podemos ve pueblo
internacionalismo que tiene el pueblo
justa siempre triunfa.
io de razas, porque no hay razas, si n

"Ramiro Malunguisa"

Antes de pasar a la composición les comunico que soy un alumno mozambicano y me encuentro estudiando en esta isla, y me gusta mucho participar en concursos.

Ahora voy a hacer la composición con el siguiente título:

NO HAY ODIO DE RAZAS PORQUE NO HAY RAZAS

Las palabras del autor intelectual del Moncada son palabras que hoy el pueblo cubano materializa en este país libre de América Latina.

Yo digo esto porque cuando llegué aquí a Cuba observé que en este país no hay discriminación, los negros viven como los blancos y como los indios. Todos tienen las mismas condiciones de vida.

Estas palabras de Martí se referían en aquel momento a que el pueblo debía luchar sin odio de razas, que no debe haber discriminación racial como sí existe en Estados Unidos y en el sur de Africa, por ejemplo.

El pueblo cubano hizo suyas las palabras del Apóstol. Y un ejemplo concreto lo podemos ver en los hijos de pueblos africanos que estudian en esta isla y en el apoyo internacionalista que brinda a nuestros países el pueblo cubano.

¡La lucha justa siempre triunfa!

¡No hay odio de razas porque no hay razas, sino raza humana!

Ramiro Malunguisa.

NOTI-CORRESPONSALES

El colectivo de pioneros José Martí del Centro Escolar "Pedro Lantigua", de Mir, Calixto García, Holguín, celebrará con una bonita y sencilla fiesta de fin de curso el éxito alcanzado en la promoción. Todo el esfuerzo realizado en cuanto al estudio individual y colectivo, nos permitirá alcanzar esa promoción alta y con calidad, que dedicaremos al 26 Aniversario del Asalto al Cuartel Moncada, cuyo acto central será en nuestra provincia. *¡Holguín siempre está en 26!*
Reportó: Isabel Fernández
Corresponsal.

Próximamente se conocerán los resultados de la Emulación Inter-Planteles de la Enseñanza Media en este curso que finaliza. Los pioneros José Martí de la ESBEC "Andrés Olavo", de Jagüey Grande, Matanzas, hemos estudiado mucho y por eso aspiramos a que nuestra escuela logre un buen índice de promoción, y pueda así alcanzar el lugar cimero en dicha emulación, para que se haga acreedora de "El Tanque de la Victoria".
Reportó: Isabel Fernández
Corresponsal.

Durante todo el curso escolar, la emulación inter-destacamentos en la escuela secundaria básica "Rafael Freyre", del central del mismo nombre, en Holguín, se mantuvo al rojo vivo, y en ella participaron entusiastamente todos los pioneros José Martí. Entre los más destacados en las distintas etapas de la emulación se encuentran:

—Carlos Camacho	7mo. A
—Jorge Capó	7mo. B
—Marlenis Vázquez	7mo. C
—Niurka Ochoa	8vo. A
—María A. Franco	8vo. A
—Ana Verdecia	8vo. A
—Idania Abreu	8vo. B
—Wencio Sarmiento	8vo. B
—Carlos G. Hidalgo	8vo. B
—Julio Rodríguez	8vo. C
—Néstor López	8vo. C
—Orestes Medina	8vo. D
—Ramón Zaldívar	8vo. D

Reportó: Belkis Hernández
Corresponsal

GALERÍA



Mercedes Blanco González, 11 años, 5to. grado, escuela "Guillermo Llabré", Centro Habana, Ciudad de La Habana.

¿ME QUIERES ESCRIBIR?

"Compañeros, les escribe una profesora de la Escuela Formadora de Educadoras de Círculos Infantiles, de Santa Clara, Villa Clara, que sostiene correspondencia amistosa con pioneros y profesores que integran un Club de la Amistad en la República Socialista de Checoslovaquia. Les hago llegar los nombres y dirección de varios pioneros checoslovacos que desean cartearse con pioneros cubanos. Ellos son:

1.—Helena Rozsivalova
2.—Magda Prosokazkova
3.—Kamil Bojonovsky
4.—Milas Pribys
5.—Mercela Cedivododa
6.—Lenko Subertos
7.—Ivo Svolbova
8.—Jiri Vaculik

Su dirección:

INTERKLUB
ZDS BLAZKOVA 9
638 00 BRNO 38
CSSR - CHECOSLOVAQUIA





FAMILIA DE LAS PALOMAS

Pertenecientes a la misma familia que las palomas, las tórtolas se diferencian de aquellas por tener sus alas más cortas, la cola más larga, y los tarsos o parte trasera de los muslos desprovistos de plumas.

Entre sus especies se encuentran la **tórtola común**, más pequeña que la paloma, con plumas color grisáceo azulado en la cabeza, cuello a rayas negras y blancas a los lados de éste; gris vinoso en la garganta y pecho, y negruzco en la cola. Otra especie es la **tórtola doméstica**, con plumaje de color ceniciento rojizo y un estrecho collar negro en el cuello.

MÁS ALTA

La ciudad considerada como la más alta del mundo es Cerro de Pasco, en el Perú, pues está situada a 4 259 metros sobre el nivel del mar.



HERMOSO PAISAJE

Las montañas Tatras son la cordillera más alta de los Cárpatos, en Polonia. Este lugar es muy visitado por los turistas, tanto del país como del extranjero. Ellos disfrutan del paseo en el funicular, que son carritos colgantes, y desde la altura pueden admirar la belleza del paisaje.

ARRURRUZ



Existe una clase de fécula que recibe el nombre de arrurruz y se obtiene de algunas plantas que crecen silvestres en América como la **Marantha arrundinacea.** Como esta fécula es de fácil digestión se utiliza en la preparación de alimentos para niños.

PRIMER NÚMERO



El 3 de agosto de 1895 fue publicado el primer número del periódico mambí "El Cubano Libre" fundado y dirigido por el General Antonio Maceo.

UN NUEVO DEPORTE

En la Unión Soviética, como en otros países de Europa, se viene practicando un nuevo deporte: el vuelo en deltaplano, en el que cada día participa mayor número de personas. Así, un hombre sostenido por fuertes cables, se lanza al espacio, para volar con la ayuda del deltaplano, que como un papalote gigantesco se mueve por el aire.





CENTRO TURÍSTICO

En Bulgaria existen muchos centros turísticos a orillas del mar. Algunos de ellos son muy originales, como por ejemplo, el campamento de verano llamado igual que la novela "Robinson Crusoe" del escritor inglés Daniel Defoe. En él, los visitantes son recibidos por dos empleados que simulan ser los personajes de la obra, o sea: Robinson y su ayudante Viernes.

SABÍAS QUE...

Se le llama birrete a una especie de gorra con una borla negra; que usan principalmente los jueces y magistrados.

2—Suman 29

5—La a y la f.

6—Son hortensias



771 PIONERO 14 Julio 1979

Publicación semanal. Organo oficial de la ORGANIZACION DE PIONEROS JOSE MARTI. Director: Ricardo García Pampín. J' Redacción: Pedro González (Péglez). J' Información: Sara Piloto (Sami). J' Artístico: Cecilio Avilés. Administrador: José A. Gómez de la Rosa. Dirección: Calle 17 No. 354, Vedado, Habana 4. Telf. 32-4572. Impreso en los Talleres de Rotograbado GRANMA. Inscripto como impreso periódico en la Dirección Nacional de Correos, Telégrafos y Prensa. Permiso No. 81232/323.

Venta al público 5 centavos

Recuerdos de CHAMACO

Guión: Fidel Morales
Dibujos: R. Alfonso Cruz













CONTINÚA